巻頭特集

登るたびに見つかる新たな魅力あり

地域が誇る多度山

イヌナシの開花間近！

地域の人々にとって、まちのシンボルともいえる多度山。豊かな自然と、山頂からの眺望をめあてに、近年は多くのハイカーが訪れます。2014年からは、トレイルランニングのイベントもスタート。参加者が年々増え、山の魅力を多くの人に伝えています。

4月はイヌナシに注目 誰もが楽しめる山

養老山地の最南端に位置する標高403メートルの多度山は、地元小学校の遠足の定番スポット。低山のためハイキングやサイクリングのコースに適しており、地域住民にとって気軽に自然と触れ合える場所です。

「多度山は思い出がたくさん詰まった遊び場」と話すのは、多度山に詳しい伊藤聖史さん。多度町出身で、舗装されていない山野を走るトレイルランニングや、マウンテンバイクでのサイクリングを趣味としています。「澄んだ空気が満ちる山の中を歩くだけでも爽快さを味わえます。草花一つひとつに目を凝らせば、季節ごとに変化する山の表情に気付き、さらに楽しめます」と語ります。

春の注目は「イヌナシ」。愛知・岐阜・三重に生息するバラ科の植物で、2010年に国の天然記念物に指定されました。標準和名は「マメナシ」ですが、県内では「イヌナシ」と呼ばれることが多いそうです。多度峡南側の丘陵にある「みどりヶ池」西側に多く自生しており、白い花が訪れる人の目を楽しませてくれます。

手探りで始めた多度山トレイルランですが、この地域を代表するイベントに育ってきました

多度山トレイルラン実行委員会 顧問 **山中正次さん**

今年は開催を見送りましたが、来年はさらにレベルアップした内容で皆さんをお迎えしたいです

多度山トレイルラン実行委員会 委員長 **清水隆永さん**

上）多度大社へと続く道にある大きな鳥居は、頂上からでも目に入ります　左）道中だけでなく、頂上にもさまざまな案内板があります。山の成り立ちや歴史などを学べます

山頂からの景色は格別。木曽三川を臨めるのはもちろん、条件が整えば御嶽山も見えるそうです

多度山には「眺望満喫コース」や、「親水コース」など、体力や目的に合わせた複数のコースがあります。

「眺望満喫コース」は舗装された道が続き、歩きやすいのが特徴。道中には4つの見晴台があり、休憩しながら壮大な風景を堪能できます。「瀬音の森コース」は、みそぎ滝などの自然を満喫できるルート。ハイカーからは渓谷美を讃える声が聞こえます。急勾配で、階段状の登山道が続く「健脚コース」は経験者向き。「中道コース」は知る人ぞ知る隠れ人気コースで、ハイキングに慣れており、自信がある人におすすめです。

『眺望満喫コース』は、山上公園からの眺めが最高です。ぜひカメラや双眼鏡を持って歩いてください。シダ植物やコケ類もたくさん自生しているので、ルーペ片手の散策も楽しいです」と伊藤さん。幼いころから歩き慣れた地元の山でも、おもしろい発見があるかもしれません。

上）第6回多度山トレイルランの様子。コースに立つスタッフが、迷わないように誘導します　左）スタートの時には、ランナーの笑顔がはじけます。景色を楽しむもよし、タイム更新をめざすもよし。緊急時に対応できるよう、桑名市消防本部の「ランニング消防士」がAEDや救命用品を背負い、ともに走ります

地元の活性化に貢献する 多度山トレイルラン

多度山の魅力をより多くの人に知ってもらうため、2014年4月からトレイルランニングのイベント「多度山トレイルラン」を開催しています。

発案したのは桑名三川商工会の地域振興委員会メンバー。多度山トレイルラン実行委員会顧問の山中正次さんは、『トレイルランニングってなに？』というところから始まりました」と当時を振り返ります。

「地域を盛り上げる活動を何かできないか」と考えていた時、山中さんの知人である伊藤さんから、トレイルランニングの提案がありました。トレイルランニングの魅力は、未舗装の登山道を野生動物のように走り回る爽快さと、過酷な道を走破した時の達成感です。多度山にうってつけのイベントだと感じ、ランナーの協力を得ながら、コース選定や参加者募集に力を入れました。

初回の参加者は154人と他地域に比べて小規模でしたが、「素朴さが新鮮で、オリジナリティーがある」と多くのランナーが好感を抱き、口コミやSNSでイベントを紹介しました。2回目のエントリー数は304人。「レギュラーコース」に加え、家族で楽しめる「ファミリーコース」を追加した3回目は、2コース合わせて507人がエントリーしました。昨年の第6回大会は、チャレンジコース（25km）、エンジョイコース（13km）、チームを組んで走るリレーラン（3km×3周）の3種目で開催し、926人が多度の山を駆け抜けました。

「右肩上がりに参加者が増え、嬉しい限りです。もともと歩きやすい山なので、トレイルランニング入門にも最適だと思います」と実行委員会委員長の清水隆永さんは笑顔で語ります。回を増すごとに初心者の参加が増加。市内企業に勤める人がグループで参加するなど、トレイルランニング愛好家だけでなく、地元の人にとっても春の恒例行事として定着してきました。

ランナーの心をさらに充実させたいと参加者には地域振興券やオリジナルグッズをプレゼント。地域振興券は、会場に開設するマルシェや地元店で使用可能で、経済の活性化にもつながっています。

「ハイキングやサイクリングで多度山を楽しみ尽くした」という人も、来年の「多度山トレイルラン」にランナーとして参加してみてはいかがでしょうか。これまで気付かなかった、新たな魅力を知る機会になるかもしれません。

上）天気がいいと、コースに落ちた木漏れ日が輝きます。多度自然育成の会というボランティアグループや株式会社NTN三重製作所の森林保護事業が美しい山を保っています　右）ハイキングと合わせて、多度大社を詣でる人も多くいます。ポイントごとに案内があり、安心して進めます　左）眺望満喫コースにある見晴台の一つ。木々に遮られず、絶景が撮影できるおすすめスポットです

文／和佐田真　写真／桑名三川商工会提供、編集室　デザイン／chica